**Система работы детского сада по вопросам оздоровления детей дошкольного возраста из группы риска по заболеванию туберкулезом.**

**АКТУАЛЬНОСТЬ:**

Дошкольный возраст- это важный период, когда развиваются двигательные качества и навыки, закаливается организм, создается фундамент физического совершенствования человеческой личности, период, когда закладывается основы здоровья будущего взрослого человека.

За последние годы состояние здоровья дошкольников ухудшилось: снизилось количество абсолютно здоровых и увеличилось число детей, имеющих различные отклонения в здоровья и хронические заболевания.

Проанализировав состояние здоровья детей в нашем детском саду, мы попытались определить причины заболеваемости:

1. Ухудшающая экологическая и социально- экономическая ситуация страны в целом и семьи способствует понижению уровня здоровья детей.
2. В нашем регионе суровые климатические условия, резкие перепады температур, организм ребенка не успевает адаптироваться к погодным условиям.
3. Нарушена структура питания детей, что приводит к нарастанию числа зависящих от питания заболеваний.
4. Происходит замедление физического развития детей, что приводит: увеличилось количество детей с врожденной патологией нервной системы, со сниженным иммунным статусом организма.
5. Уровень санитарной грамотности родителей не отвечает современным требованиям.
6. Усиливается распространенность рискованных форм сексуального поведения, употребление наркотических и токсических веществ, алкоголизма и табакокурения, увеличилось количество « неблагополучных семей».
7. Низкое качество проведения физкультурных занятий, малая активность детей в течение дня. Сокращение длительности прогулок.
8. Отсутствие лечебно- профилактических мероприятий.
9. Недостаточная работа с родителями.

**ОСНОВНАЯ ЦЕЛЬ:**

Совершенствовать физкультурно-оздоровительную работу с детьми из группы риска по заболеванию туберкулезом. Оздоровление детей, приобщение к здоровому образу жизни.

**ЗАДАЧИ:**

1. Объединить усилия сотрудников и родителей для эффективной организации оздоровительной работы.
2. Повысить функциональные и адаптационные возможности организма детей за счет внедрения здоровьесберегающих технологий.
3. Обеспечить квалифицированную диагностику состояния здоровья и развития детей с учетом современных научных подходов, мониторинга и оценки влияния оздоровительных технологий на организм ребенка.
4. Сохранение уровня позитивного здоровья за счет программных мероприятий. Создание условий для рациональной двигательной активности детей в повседневной жизни.
5. Развитие физических качеств, формирование двигательных умений и навыков.
6. Организация полноценного питания.
7. Осуществлять педагогическое и санитарное просвещение родителей по вопросам оздоровления детей из группы риска по заболеванию туберкулезом.

**ОСНОВНЫЕ ПРИНЦИПЫ ПРОГРАММЫ**:

1.научности (использование научно - обоснованных и апробированных программ, технологий и методик);

2.доступности (использование здоровьесберегающих технологий в соответствии с возрастными особенностями детей);

3.активности (участие всего коллектива педагогов, специалистов и родителей в поиске эффективных методов оздоровления дошкольников);

4.сознательности (осознанное понимание и отношение детей к своему здоровью);

5.единства диагностики и коррекции

 ( правильная интерпретация результатов медицинской, педагогической, психофизической диагностики; планирование методов и способов коррекции, развития и оздоровления на основе полученных данных);

6. систематичности (реализация лечебно – оздоровительных, профилактических мероприятий постоянно, систематично);

7. целенаправленности (подчинение комплекса медико-педагогических воздействий четко определенной цели);

8.оптимальности и адресности ( разумно сбалансированные величины психофизических нагрузок).

**ПРЕДПОЛАГАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ:**

1.Повышенин уровня здоровья детей.

2.Овладение детьми навыками самооздоровления, здорового образа жизни.

3.Закрепление оздоровительных мер в виде устойчивого психоматического состояния.

**Специалисты, задействованные в решении задач.**

Заведующая детским садом.

Заведующая детской поликлиникой.

Старшая медсестра детского сада.

Фтизиатр.

Старший воспитатель.

Воспитатели.

Психолог.

Логопед.

Инструктор по физической культуре.

Музыкальный руководитель.

**РАБОТА С КАДРАМИ:**

*Цель:* совершенствование профессионального мастерства воспитателей в организации работы по физическому воспитанию с детьми и родителями.

**Планирование и проведение работы с педагогами.**

Педсоветы.

Теоретические и практические семинары.

Консультации.

Дискуссии.

Панорама педагогических идей.

Школа творчества (открытые просмотры).

Исходя, из цели были определены следующие *задачи:*

1.Способствовать преодолению сложившихся стереотипов в организации работы с детьми по физ. воспитанию.

2.Актуализировать потребность воспитателей в приобретении теоретических знаний в области инновационных методик физического воспитания.

3. Актуализировать потребность воспитателей в практическом овладении техники физических упражнений.

4.Побуждать воспитателей к созданию развивающего пространства.

5.Обучать воспитателей планированию работы с детьми по физ. воспитанию.

6. Обучать воспитателей способности отслеживать результаты работы с детьми, приемам диагностики.

7. Обогащать представления воспитателей о формах работы с родителями по физ. воспитанию.

*Контроль.*

* Систематический
* Предупредительный
* Фронтальный
* Тематический
* Сравнительный

**ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА С СЕМЬЕЙ.**

*Цель:* Познакомить родителей с основами теоретических знаний и с практикой работы с детьми по физическому воспитанию.

**Заполнение социальных паспортов.**

Анализ и корректировка работ.

Просветительство.

Обучение практическим умениям.

Вовлечение в образовательный процесс.

Работа по физическому воспитанию не может быть полной без привлечения родителей. Наш детский сад знакомит родителей с основами теоретических знаний и с практикой работы с детьми по вопросам физического воспитания, проводит с родителями досуги и другие мероприятия. Родители получают теоретические знания и о развитии ребенка, детских болезнях, об организации выходного дня, об оказании первой помощи пир неотложных состояниях и пищевых отравлениях. В группах имеются почтовые ящики для вопросов родителей, анализируя которые мы организуем работу семьей. На протяжении последних лет мы приводим дни открытых дверей, где родители имеют возможность принять участие в дошкольной жизни своего малыша. Одним из компонентов совместной работы педагогов с родителями является составление плана по обеспечению здорового образа жизни.

**РАБОТА С ДЕТЬМИ.**

*Цель:* Создание условий для рациональной двигательной активности детей в повседневной жизни. Развитие физических качеств, формирование двигательных умений и навыков.

**Наблюдения за играми, продуктивной деятельностью**.

 Анализ и корректировка работ.

Специально организованное обучение.

Совместная деятельность детей.

Самостоятельная деятельность детей.

Полноценное и разностороннее физическое развитие и воспитание детей невозможно без правильно организованной двигательной деятельности. Чтобы это обеспечить. Мы создали определенную среду. В которой, ребенок имеет возможность удовлетворять свою потребность в движении:

* Пополнили спортивный инвентарь: педагоги творчески используют изготовленное своими руками и руками родителей нетрадиционное оборудование: Набивные мячи. Коврики для профилактики плоскостопия, игрушки самоделки для развития мелкой моторики рук, плетеные косички и т.д.
* Летом на участке действует тропа здоровья(ходьба босиком по гальке, песку, траве, шишкам)
* На участке каждой возрастной группы установили разнообразное оборудование позволяющее детям активно двигаться: бревно, дуги, колеса, качели, лесенки.
* Приобрели кварц.
* Решили проблему мебели за счет ростовых показателей.

Деятельность детского сада по обеспечению сохранности физического и психологического здоровья детей конкретизируется в следующих разделах:

Iраздел: Лечебно - профилактическая работа.

IIраздел: Обеспечение психологической безопасности личности и укрепление
здоровья детей.

,/Ш раздел: Оздоровительная направленность образовательного процесса.

 **I раздел: "Лечебно - профилактическая работа".**

1.) Закаливающие мероприятия основываются на следующих принципах:

индивидуальный подход (учёт состояния здоровья и индивидуальных особенностей

ребёнка, перенесённых заболеваний, группы здоровья).

комплексное воздействие на организм ребёнка (контрастные воздушные ванны в

сочетании с гимнастическими упражнениями, водными процедурами).

систематичность, последовательность, вытекает из правила физиологии - слабые раздражители помогают деятельности функциональной системы, сильные -противодействуют, а сверхсильные - могут вызвать противоположный эффект.

постепенное расширение зон воздействия и увеличение времени проведения процедур;

учёт эффективности;

ведущий принцип, физиологически обоснованный, заключается в применении контрастного воздушного закаливания (холодные и тепловые t" воздействия).

Несложный физиологический анализ показывает, что в таком случае аппарат физической терморегуляции получает возможность более адекватного взаимодействия с постоянно изменяющейся t° окружающей среды. Потребность растущего организма в кислороде более чем в 2 раза превышает таковую у взрослых. Под влиянием воздушных ванн повышается тонус нервной системы, улучшается деятельность эндокринных желёз, сердечно-сосудистой системы. В крови возрастает количество эритроцитов и гемоглобина.

 Виды закаливания используемые в ДОУ

* Контрастное воздушное. Применение контрастных воздушных ванн в дополнении к прогулкам и другим способам закаливания, повышает устойчивость терморегуляторного аппарата ребёнка.
* Ходьба босиком. Тренировка рефлекторной связи температурных рецепторов на подошвенной поверхности стопы со слизистой оболочкой верхних дыхательных путей.
* Ходьба босиком по разным видам почвы.
* Сон без маечек и контрастное воздушное закаливание в постели (перед сном или после сна). Повышает тонус нервной системы, улучшается деятельность эндокринных желёз, сердечно-сосудистой, дыхательной систем.

Полоскание рта и горла

а) кипячёной водой комнатной температуры. Клокочущая вода оказывает массирующее действие на слизистые оболочки полости рта, миндалин, задней стенки глотки,

б) полоскание сначала теплой затем прохладной ;

в) полоскание горла солевым раствором;

г) полоскание горла настоем трав.

Ходьба по мокрым дорожкам

 Одновременно закаливание стоп и носоглотки, профилактика воспаления носоглотки при переохлаждении стоп.

Рижский метод закаливания. Происходит усиление функции терморегуляции. -"Топтание" в тазике с водой и ходьбой по гигиеническому коврику, покрытому сухой простыней.

Контрастное закаливание стоп водой по окончании - гимнастика.

Обширное умывание

Прогулка в помещении с открытым окном

Фитолечение. Проводится с сентября по май. Полоскание горла настоем трав,
использование в меню травяных чаев.

Витаминотерапия – поливитамины.

Натуропатия - дыхательная гимнастика, носовое дыхание, чеснок, чесночные
гренки.

Саиэпидрежим - жесткий режим проветривания, влажной уборки, кварцевания.

**II раздел: "Обеспечение психологической безопасности личности и укрепление здоровья детей"**

Задачи данного раздела:

* Создание условий для реализации потребности к двигательной активности в повседневной жизни.
* Выявление интересов, склонностей, способностей детей в двигательной активности.
* Совершенствование (формирование) двигательного анализатора и развитие резервных возможностей организма, т.е. повышение работоспособности.
* Нормализация деятельности отдельных отделов и функциональных систем, а также возможную коррекцию врождённых или приобретённых дефектов физического развития.
* Повышение тонуса коры головного мозга и создание положительных эмоций,
способствующих охране и укреплению психического здоровья.
* Создание предметно-развивающей среды для преодоления враждебности окружающей ребёнка среды (не ограничен доступ к игрушкам, продумано цветовое и световое оформление пространства, отсутствие необоснованных запросов и т.д.).
* Создание необходимых условий для реализации естественной потребности в движении. Жизненно важное значение имеют движения для развития физиологических систем растущего организма и эффективное оздоровительное влияние циклических упражнений, в первую очередь оздоровительного бега, на все функциональные системы, биохимические процессы и психические функции.
* Соблюдение режима проветривания и гигиенических требований.
* Отсутствие интелектуально-физических и психо-эмоциональных перегрузок через рационально построенный режим жизнедеятельности детей, разнообразие будней.

Однообразие будней, привычность ритма, отсутствие неожиданностей, жесткая регламентация деятельности - всё это рождает у детей комплекс не свободы и служит стрессовым фактором. Режим ДОУ должен быть многовариантным, учитывающий все возможные нестандартные ситуации: плохую погоду; отсутствие достаточного количества персонала; карантины и периоды повышенной заболеваемости; каникулы. Такой режим принято называть гибким, так как в нём продумана система быстрого реагирования на внезапно изменившуюся ситуацию. В ДОУ необходимо иметь 4-5 вариантов гибкого режима.

* Необходимая длительность пребывания ребёнка на свежем воздухе, закаливающие мероприятие.

Внутренние источники психологической безопасности ребенка:

Отсутствие у ребёнка комплекса неполноценности на фоне других детей, создание длякаждого ребёнка ситуации успеха.

Патология физического развития, например, нарушение звукопроизношения, нарушения осанки также может вызвать чувство неполноценности.

Индивидуально -личностные особенности ребёнка.

**III раздел: "Оздоровительная направленность образовательного процесса"**

Комфортное для психологического состояния детей организация режимных моментов.

Система профилактики психоэмоционального состояние детей средствами физического воспитания: психогимнастика: специальные оздоровительные игры, повышающие эмоциональное состояние; рефлексия; массаж; водные процедуры.

Арома- и фитотерапия - путём подбора специальных растений и цветового решения интерьера, способствующих снятию напряжений.

Работа с природным материалом: глиной, песком, водой. Это увлекает детей и отвлекает от неприятных эмоций.

Музыкальная терапия - регулярно проводимые музыкальные паузы, игра на детских музыкальных инструментах.

Физическая нагрузка должна быть адекватной: возрасту, полу ребёнка, уровню физического развития, биологической зрелости, здоровью.

Необходимо сочетание двигательной активности с закаливающими мероприятиями.

Обязательных включений в комплекс физического воспитания элементов: дыхательной гимнастики, носового дыхания, упражнений для повышения выносливости кардио-респнраторной системы (медленный бег, ходьба, приседания.)

Повышение двигательной активности детей за счет:

а) количества физкультурных занятий - 3 в неделю

б) организация "дней здоровья";

в) прогулки в помещении в холодное время года.

Обеспечение максимальной подвижности в условиях группы.

Самообразование каждого сотрудника (ориентация на современные достижения психологии, педагогики, медицинской науки).